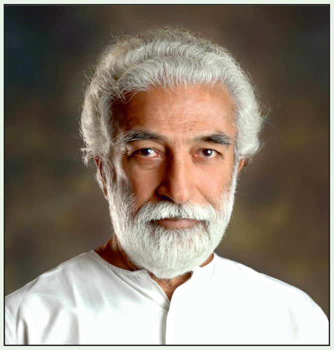


ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939-2012)

ಬೆಳಕು

ಇದು ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದ ಬೆಳಕಲ್ಲ, ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಬೆಳಕು. ಈ ಬೆಳಕು ಎಲ್ಲ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಮೂಲ. ಎಲ್ಲ ಸಕ್ರಿಯ ಶಕ್ತಿಗಳ ಮೂಲ. ಪ್ರೀತಿ, ಶಾಂತಿ, ಸತ್ಯ, ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ಸಮಸ್ತ ಜೀವ ರಾಶಿಗಳ ಮೂಲ. ಈ ಬೆಳಕೇ ದೇವರು.

ಚಾನಲಿಂಗ್

ಬೆಳಕನ್ನು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುವಂತೆ ಉದ್ದೇಶಿಸಿ, ನಂತರ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹರಡುವಂತೆ ಮಾಡುವುದೇ ಚಾನಲಿಂಗ್. ನಮ್ಮ ಶರೀರ ಬೆಳಕಿನ ಅತ್ಯುನ್ನತ ತರಂಗಗಳನ್ನು ಸ್ಥೂಲ ಮಟ್ಟದ ತರಂಗಗಳಾಗಿ ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತದೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಕಂಪನಗಳು ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ತಲುಪುತ್ತವೆ. ಅವು ಹೀಲಿಂಗ್ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು, ಪ್ರೇಮ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ. ಅವು ಪರಿವರ್ತನೆಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ನಾವು ಉತ್ತಮ ಮಾನವ ಜೀವಿಗಳಾಗುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಪ್ರಪಂಚ, ಉತ್ತಮ ಪ್ರಪಂಚವಾಗುತ್ತದೆ.

ತಂತ್ರ

ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರವಿದೆ ಎಂದು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಬೆಳಕು ನಿಮ್ಮ ದೇಹದೊಳಕ್ಕೆ ಬಂದು ತುಂಬಿಕೊಂಡಂತೆ ಭಾವಿಸಿ. ನಂತರ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರೇಮ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಗಳನ್ನು ಒಂದು ನಿಮಿಷದವರೆಗೆ ಅನುಭವಿಸಿ. ಆ ಬೆಳಕು ಕ್ರಮೇಣ ನಿಮ್ಮ ಮನೆ, ಸುತ್ತಮುತ್ತಲ ಪ್ರದೇಶ, ದೇಶ ಮತ್ತು ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹರಡಿದಂತೆ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಇದನ್ನು ಕನಿಷ್ಟ 7 ನಿಮಿಷ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ

ಈ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಋಷಿಮಾರ್ಗದ ಸಂಸ್ಥಾಪಕರಾದ ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರು 18-05-2008 ರಂದು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು.

ಈ ಸಂಚಲನವೆಂದರೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರತಿ ದಿನ ಏಳು ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಎದ್ದಾಗ ಅಥವಾ ರಾತ್ರಿ ಮಲಗುವ ಮೊದಲು ನಮ್ಮ ನಮ್ಮ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದಲೇ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದು.

ಈ ಸಂಚಲನದ ಗುರಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತರುವುದು.

ಸಂಚಲನದ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯತೆ

- ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಏಕತೆ.
- ಇದು ಧಾರ್ಮಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲ. ವಿಶ್ವಾತ್ಮಕವಾದದ್ದು.
- ಇಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಕಟ್ಟುಪಾಡುಗಳಿಲ್ಲ.
- ಇಲ್ಲಿ ಸದಸ್ಯತ್ವವಿಲ್ಲ.
- ಶಾಂತಿ ನೆಲೆಸಲು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ನೆರವಾಗಬಹುದು.
- ಇದು ಪ್ರತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ಸಹಾಯಕಾರಿ.
- ಹೊಸಯುಗಕ್ಕೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಇದು ನಮ್ಮನ್ನು ಮತ್ತು ವಿಶ್ವವನ್ನು ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂಪುಟ 10, ಸಂಚಿಕೆ 5 | ದ್ವೈಮಾಸಿಕ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ | ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್–ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2022

ಒಂದು ಸಂದೇಶ

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

(ಗುರೂಜಿಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು – ಅಕ್ಟೋಬರ್ 27, 1996)

ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹಂತದಲ್ಲೂ ಬದಲಾವಣೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ವಲಯದಲ್ಲೂ ಹಳೆಯ ವಿಚಾರಗಳು ಹೊಸ ವಿಚಾರಗಳಿಗೆ ದಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತವೆ. ನಾವು ಗಮನಿಸದೇ ಹೋದರೂ ಈ ಬದಲಾವಣೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ನಡೆಯುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಕೇವಲ ನಾವು ಮಾತ್ರವೇ ಹಳೆಯ ರೀತಿಗಳನ್ನು ಭದ್ರವಾಗಿ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡಿರುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಇದ್ದಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿಯುತ್ತೇವೆ.

ವಿಕಾಸದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳೊಂದಿಗೆ ನಾವೂ ವಿಕಾಸಗೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಹೋಗಬೇಕು ಎಂದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ನಿಯಮವೊಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಎಲ್ಲವೂ ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುವಾಗ, ನಾವು ಇದ್ದಲ್ಲಿಯೇ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಬಗೆಗಿನ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ಬದಲಿಸಬೇಕು, ಆದರೆ ನಾವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹಾಗೆ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಜಾಗತಿಕ ಮತ್ತು ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ತೀವ್ರ ಪರಿಣಾಮದ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗುತ್ತಿರುವ ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮೊಳಗಿನ ಕಲ್ಮಶವನ್ನು ಹೊರಗೆಸೆಯುವುದನ್ನು ನಾವು ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಕಲಿಯಬೇಕು.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ಕೆಲವು ಜನರು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್‌ನ ಸಹಾಯದಿಂದ ಪವಾಡ ಸದೃಶವಾಗಿ ಗುಣಹೊಂದಿದ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ. ಬೆಳಕು ಅನೇಕ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ, ಹಾಗಿದ್ದರೂ, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದರ ಹೊರತಾಗಿಯೂ, ತೊಂದರೆಗಳು ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತವೆ ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜನರಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲರೂ ಪವಾಡ ಸದೃಶವಾಗಿ ಗುಣಹೊಂದುವುದಿಲ್ಲ. ಇದು ಏಕೆ ಹೀಗೆ ಆಗುತ್ತದೆ? ಕಾರಣಗಳು ಬಹುಶಃ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಆಳವಾದ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಿಯೋ ಹುದುಗಿಕೊಂಡಿರುತ್ತವೆ.

ಕಾರಣಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ನಮಗೆ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನ್ವೇಷಣೆಯಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯತ್ತ ನಡೆಯುವ ಕಡೆಗೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ. ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ, ಪ್ರೀತಿಯ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯ ಕಡೆಗಿನ ನಮ್ಮ ನಡೆಗೆ ಸದಾ ಕಾಲ ಪವಾಡ ಸದೃಶವಾದ ಸಹಾಯ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಈ ನಡೆಯು ಮುಂದೆ ಆರೋಗ್ಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡಂತೆ ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರ ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನದಲ್ಲಿ 14 ವರ್ಷಗಳಿಗೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಯವನ್ನು ನಾವು ಪೂರ್ತಿಗೊಳಿಸಿದ್ದೇವೆ. 2008ನೇ ಇಸವಿಯಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದಾಗ, ಇಂತಹ ಅದ್ಭುತವಾದ ಯಶಸ್ಸನ್ನು ನಾವು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿರಲಿಲ್ಲ. ಈ ಎಲ್ಲಾ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಭಗವಂತನ ಅನುಗ್ರಹ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದೆ. ಈ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನವು ಜಗತ್ತಿಗೆ ಒಂದು ಭರವಸೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಗ್ರಹದ ಮೇಲೆ ಜರುಗುತ್ತಿರುವ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ಬಹಳ ಪ್ರಮುಖವಾದುದು ಎಂದು ಒಮ್ಮೆ ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು.

ಪ್ರಸ್ತುತ ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನು ನೋಡಿದರೆ, ನವಯುಗವು ಒಂದು ದಿನ ಬರಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ನಂಬುವುದು ಕಷ್ಟವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನವಯುಗವು ಒಂದು ಕನಸಲ್ಲ, ಇದೊಂದು ವಾಸ್ತವತೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ನಮ್ಮ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳಿಂದ ತಿಳಿದಿದೆ. ಅತಿ ಶೀಘ್ರದಲ್ಲೇ, ಗಮನಾರ್ಹವಾದ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ನಾವು ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸಿದ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ನವಯುಗದ ದೂರದೃಷ್ಟಿಯ ಬಗ್ಗೆ ನಂಬಿಕೆ ಇರಿಸಿದ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್‌ಗೂ ವಂದಿಸುತ್ತೇನೆ!

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)
ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರಸ್ತೆ), ಬೆಂಗಳೂರು-560077, ಭಾರತ.
ಫೋನ್: (080) 2846 5280, 99000 75280 (10am to 5pm), ಇ–ಮೇಲ್: info@lightagemasters.com
website : www.lightagemasters.com, www.lightchannels.com

ಬೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ವಿವೇಕವಾಣಿ

- ನಾವು ಸದಾ ಗೊಣಗಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ದೂರುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಜೀವನವನ್ನು ಆನಂದಿಸುವುದನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವುದನ್ನು ಮೆಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ನಮಗೆಟುಕದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನೇ ಸದಾ ಬಯಸುತ್ತೇವೆ. ಅಂತು ಹೇಗೋ ಅಸಂತೋಷವಾಗಿರುವುದಕ್ಕೆ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಹಾಗೂ ಅಸಂತೋಷವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.
- ಜೀವನದ ಸಂತೋಷವು ಹಣ ಮತ್ತು ಸೌಲಭ್ಯಗಳ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿಲ್ಲ. ಅದು ಸಂತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ.
- ಧ್ಯಾನದ ಮೂಲಕ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಮಟ್ಟದ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ನಾವು ಅನುಭವಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನವು ನಮಗೆ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಇದು, ನಮ್ಮನ್ನು ನಮ್ಮ ಮೂಲಕ್ಕೆ ಹಿಂತಿರುಗಿಸುತ್ತದೆ, ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಸುಡುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮೊಳಗಿನ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಹುಸಿತನವನ್ನು ಕಾಣಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ಜೀವನವು ಒಬ್ಬೊಬ್ಬರಿಗೂ ಒಂದೊಂದು ರೀತಿ ಇರುತ್ತದೆ. ನನಗೆ ಇದು, ಅನುಭವಿಸಲು ದೊರೆತ ಒಂದು ಅವಕಾಶ. ಅನುಭವಿಸಲು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಎಷ್ಟೊಂದು ಸುಂದರವಾದ ವಸ್ತುಗಳಿವೆ, ಆದುದರಿಂದಲೇ ಅಷ್ಟೊಂದು ಆತ್ಮಗಳು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಹಿಂಡು ಹಿಂಡಾಗಿ ಬರುತ್ತವೆ.
- ಜೀವನವು ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಪರಿಷ್ಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಡೆಸುವ ಒಂದು ಪ್ರಯೋಗವೂ ಕೂಡ ಆಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು, ನಮ್ಮ ದೈಹಿಕ ಚಲನೆಗಳನ್ನು, ಭಾವನೆಗಳನ್ನು, ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು, ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಇನ್ನೂ ಅನೇಕ ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು ನಾವು ಪರಿಷ್ಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.
- ಜೀವನವು ದೈವತ್ವವನ್ನು ಪ್ರಕಟಗೊಳಿಸಲು, ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಗೊಳಿಸಲು ದೊರೆತ ಒಂದು ಅವಕಾಶ.
- ಜೀವನವು ಕಲಿಯಲು, ಬೆಳೆಯಲು ಮತ್ತು ಅತಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸಲು ಒಂದು ಅವಕಾಶ. ನಾವು ನಮ್ಮದೇ ಆದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಮಾಡಬಹುದು.
- ಕೋಪವನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಬದಲು, ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿ. ನಾವು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಗೊಳಿಸಿದಾಗ, ಕೋಪವು ಮಾಯವಾಗುತ್ತದೆ.
- ನಾವು ಸದಾ ಕಾಲ ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರದಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೆ, ಕೋಪಕ್ಕೆ ಅಲ್ಲಿ ಜಾಗವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆಗಲೂ ಕೋಪವು ಬರಬಹುದು, ಆದರೆ ನಾವು ಅದನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಬಹುದು.
- ಪ್ರಾಣವು ನಮ್ಮ ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಶುದ್ಧೀಕರಿಸುತ್ತದೆ. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುದ್ಧೀಕರಿಸುತ್ತದೆ. ನಿಯತವಾದ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದ ಅಭ್ಯಾಸವು ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಶುದ್ಧೀಕರಿಸುತ್ತದೆ.

–ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಬೆಂಗಳೂರಿನ ವಿವಿಧ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ, ಜುಲೈ ತಿಂಗಳಿನಲ್ಲಿ ನಡೆಸಿದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳು

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು 17 ಜುಲೈ 2022

ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ಮಹಿಳೆಯೊಬ್ಬರು ದೀರ್ಘ ಕಾಲದಿಂದ ಕತ್ತು ಮತ್ತು ಭುಜದಲ್ಲಿ ಅತೀವವಾದ ನೋವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರು. ಇದು ಕೇವಲ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ದೈಹಿಕ ಕಾರಣಗಳಿಗಲ್ಲ, ಆದರೆ ಹಿಂದಿನ ಯಾವುದೋ ಭಾವೋದ್ವೇಗದ ಹೊರೆಯನ್ನು ಹೊತ್ತಿರುವುದರ ಕಾರಣಕ್ಕೆಂದು ಆಕೆಯು ಅರಿತುಕೊಂಡರು. ಅವರಿಗೆ ನಿಜವಾದ ಕಾರಣವು ನಿಖರವಾಗಿ ತಿಳಿದಿರಲಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ದೀರ್ಘಕಾಲದವರೆಗೂ ಔಷಧಿಗಳ ಸೇವನೆಯು ಅವರಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಸಹಾಯ ಮಾಡದೇ ಇದ್ದ ಕಾರಣ, ಬೌದ್ಧಿಕ ಕಾರಣಗಳಿಗೆ ಮೀರಿ ಇರಬಹುದಾದಂತಹ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಆಕೆ ಬಯಸಿದರು. ಪ್ರಾಯಶಃ ಅವರು ತಮ್ಮ ಅಂತಃಪ್ರಜ್ಞೆಯಿಂದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಪಡೆದಿರಬಹುದು.

ಆಕೆಯು ಪ್ರಯೋಗ ಮಾಡಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದರು. ಅವರು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದರು ಮತ್ತು ತಮ್ಮ ಹಿಂದಿನ ನೋವುಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತಿ ಪಡೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವಂತೆ ಬೆಳಕಿಗೆ ಮನಃಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಕೇಳಿಕೊಂಡರು. ಬಹುಶಃ ಅವರಿಗೆ ಅರಿವಿಲ್ಲದಯೇ ಆಕೆಗೆ ನೋವನ್ನುಂಟುಮಾಡಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸಲು ಆಕೆಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವಂತೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದರು. ಈ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾದ ಹಾಗೂ ಮನಃಪೂರ್ವಕವಾದ ಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ, ಕೆಲವೇ ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿ ಅವರ ಕತ್ತು ಮತ್ತು ಭುಜದ ನೋವು ಶೇಕಡಾ 90ರಷ್ಟು ಕಡಿಮೆಯಾದುದನ್ನು ಅವರು ಗಮನಿಸಿದರು.

ಇದು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸಾಧ್ಯವೇ? ಇದು ಆಕೆಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ನಾನು ಕೇವಲ ಅವರ ಅನುಭವವನ್ನು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಗೊಂದಲವು ಕೇವಲ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಇಡೀ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಮೇಲೆ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಈ ಗೊಂದಲವು ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಎಲ್ಲಾ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಯಾಗಿ ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆಕೆಯು ಅದರ ಕಾರಣ ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಅದೃಷ್ಟಶಾಲಿಯಾಗಿದ್ದರು. ತಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿನ ನೋವಿನ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು, ಗೊಣಗಾಡದೇ ಮತ್ತು ಇಡೀ ಜಗತ್ತನ್ನು ದೂಷಿಸದೇ, ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವ ಮುಕ್ತ ಮನಸ್ಸು ಕೂಡಾ ಆಕೆಗೆ ಇತ್ತು.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಯಾವುದೇ ನೋವಿಗೆ ಅಥವಾ ತೊಂದರೆಗೆ ಮೂಲ ಕಾರಣ ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ನಮಗೆ ತಿಳಿಯದೇ ಇದ್ದರೂ ಅಭ್ಯಂತರವಿಲ್ಲ. ನಾವು ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾದಾಗ, ನಾವು ಇತರರನ್ನು ಮತ್ತು ಸ್ವತಃ ನಮ್ಮನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸಿದಾಗ, ಪರಿಶುದ್ಧತೆಯ ಕಡೆಗೆ ಚಲಿಸಿದಾಗ, ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯವು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಸಹಾಯ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ ಕಡೆಗೆ ಚಲಿಸುವುದು ಜೀವನವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವಂತಹ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.

ಬೆಳಕು, ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾದ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳ ಹಲವಾರು ದ್ವಾರಗಳನ್ನು ನಮಗಾಗಿ ತೆರೆಯುತ್ತದೆ. ಸ್ವಯಂ ಪರಿವರ್ತನೆಗೆ ಅದು ಅನೇಕ ದ್ವಾರಗಳನ್ನು ತೆರೆಯುತ್ತದೆ. ಮುಕ್ತ ಮನಸ್ಸು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಜೀವನದ, ನಮ್ಮ ತೊಂದರೆಗಳ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ನಾವೇ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಆರಂಭ ಮಾಡಿದಾಗ, ಬೆಳಕಿನಿಂದ ವಿವೇಕವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಯಾವ ನಿಖರವಾದ ವಿವೇಕವನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿಯದೇ ಇರಬಹುದು. ಆದರೆ, ನಾವು ಮುಕ್ತ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ, ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಆದಂತೆಯೇ, ನಮ್ಮ ತೊಂದರೆಗಳಿಗೆ ಮೂಲ ಕಾರಣ ಮತ್ತು ಪರಿಹಾರಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡುತ್ತದೆ. ಆಕೆಗೆ ತನ್ನ ನೋವುಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತಿ ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು.

ಕತ್ತು ಮತ್ತು ಭುಜದ ನೋವಿರುವ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಮೂಲ ಕಾರಣವು ಮನಸ್ಸಿನಲಿಯೇ ಇರುತ್ತದೆಯೆಂದು ನಾನು ಹೇಳುತ್ತಿಲ್ಲ. ವಿವಿಧ ಜನರಿಗೆ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಕಾರಣಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಅದು ಕೇವಲ ದೈಹಿಕ–ವಾಗಿರಬಹುದು, ಇನ್ನೂ ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಅದು ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಅನುವಂಶಿಕ–ವಾಗಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಮತ್ತಿನ್ನೇನೋ ಇರಬಹುದು. ಈ ಅನುಭವವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಹಿಂದಿನ ಉದ್ದೇಶ ಕತ್ತು ನೋವಿಗೆ ಪರಿಹಾರ ನೀಡುವುದಲ್ಲ. ನಮಗೆ ಮುಕ್ತ ಮನಸ್ಸಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ನಾವು ಬೆಳಕಿನ ಸಹಾಯವನ್ನು ಯಾಚಿಸಿದರೆ, ಬೆಳಕು ನಮಗೆ ವಿವೇಕವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸರಿಯಾದ ಪರಿಹಾರದೆಡೆಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಆದುದರಿಂದಲೇ ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸುವುದು ಅಷ್ಟೊಂದು ಮುಖ್ಯವಾದುದು. ಹಾಗೂ ಈ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುವುದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಮಾರ್ಗವೆಂದು ನಾನು ಅರಿತುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಇದೊಂದೇ ಮಾರ್ಗವಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದನ್ನೂ ಕೂಡಲೇ ಸೇರಿಸಿ ಹೇಳಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ, ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ಅಥವಾ ಭಗವಂತನೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸಲು ಯಾವುದೇ ತಂತ್ರದ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಕೇವಲ ಆತನ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರೀತಿಯಿದ್ದರೆ ಸಾಕು ಅದು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದು ನಮಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಜೊತೆಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಕಲ್ಪಿಸುತ್ತದೆ, ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಬೆಳಕಿನ ಮೇಲಿರುವ ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು, ಅದರ ಜೊತೆಗಿರುವ ನಮ್ಮ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ■

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರಗಳು

ಕೆಳಗೆ ತಿಳಿಸಿದ ನಮ್ಮ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಳೀಯರು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ನಿಗದಿಪಡಿಸಿದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರುತ್ತಾರೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸ್ವಾಗತ. ಯಾವುದೇ ಶುಲ್ಕವಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಸದಸ್ಯರಾಗಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

ಶುಕ್ರವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ 11.15ರ ತನಕ)
ಸಿದ್ಧಿ ವಿನಾಯಕ ದೇವಸ್ಥಾನ, 59/1,
ಹಚಿನ್ಸ್ ರಸ್ತೆ, 3ನೇ ಅಡ್ಡ ರಸ್ತೆ,
ಕೂಕ್ ಟೌನ್, ಬೆಂಗಳೂರು.
✆ 9980205803 ನಿರ್ಮಲ ಬಾಲ

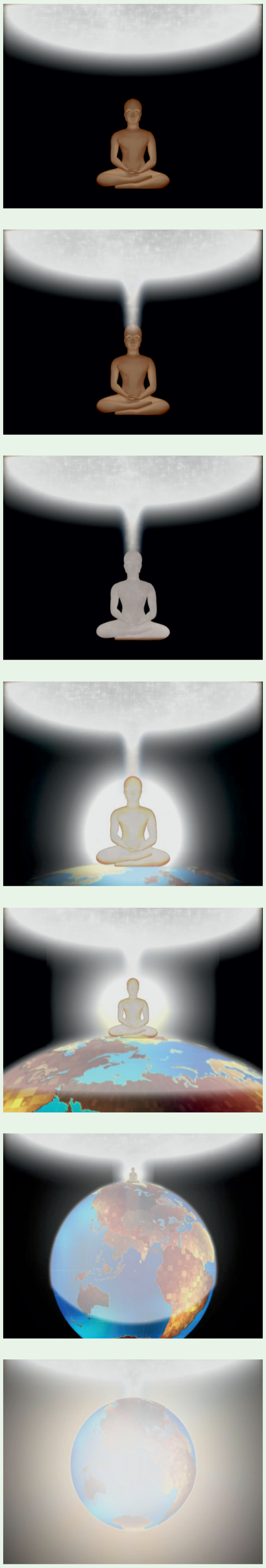
ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್

ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	5758
ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	29.65 ಲಕ್ಷ

ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರು ಹಾಗೂ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಈ ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ಉಚಿತವಾದ PDF ರೂಪದ ಈ ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ www.lightchannels.com ನಿಂದ ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ (download) ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರು ನಿಯತವಾದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ. ಅನೇಕರು ಸೋಜಿಗವೆನಿಸುವಂತಹ ಸಹಾಯವನ್ನು ಹಾಗೂ ಅದ್ಭುತವಾದ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ. ನಿಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳು ಇತರರಿಗೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿ ನೀಡಬಹುದು ಹಾಗೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಕೂಡ ಮಾಡಬಹುದು. ದಯವಿಟ್ಟು ನಿಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಜೊತೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಮ್ಮ ಇ–ಮೇಲ್ info@lightagemasters.com ಗೆ ಬರೆಯಿರಿ.

ಅನೇಕ ಮಕ್ಕಳ, ಶಿಕ್ಷಕರ ಹಾಗೂ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಅನುಭವಗಳನ್ನು 'Experiences of Light Channels' ಎಂಬ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಪುಸ್ತಕ ಹೊರತಂದ ಮೇಲೆ ಮತ್ತೆ ಅನೇಕರು ತಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡಾಗ, ಎರಡನೆಯ ಸಂಪುಟವನ್ನು ಹೊರ ತರಲಾಯಿತು. ಈ ಎರಡೂ ಸಂಪುಟಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ www.lightagemasters.com ನಿಂದ ಉಚಿತವಾಗಿ ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ (download) ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.



ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಸುಜಾತ ರಾಮರಾವ್

ಪುಣೆಯಲ್ಲಿರುವ ಎನ್.ಎಂ.ವಿ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸ್ಕೂಲ್‌ನ 7ನೇ ತರಗತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಫೆಬ್ರವರಿ 1ರಂದು ಆನ್–ಲೈನ್ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ನಡೆಸಲಾಯಿತು. 39 ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಆ ಸೆಷನ್‌ನಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು. ಆತ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸ, ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ತಾಳ್ಮೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಈ ತಂತ್ರವು ಉಪಯೋಗವಾಗುತ್ತದೆ.

–ನೀತ ಮದನೆ, ಶಿಕ್ಷಕಿ,
ಎನ್.ಎಂ.ವಿ. ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಪುಣೆ

ಪುಣೆಯಲ್ಲಿರುವ ಎನ್.ಎಂ.ವಿ. ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸ್ಕೂಲ್‌ನ 9ನೇ ತರಗತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಅವರ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ವೊಂದನ್ನು ನಡೆಸಲಾಯಿತು. ಇದರ ಹಿನ್ನೆಲೆಯನ್ನು ಹುಡುಗಿಯರಿಗೆ ವಿವರಿಸಲಾಯಿತು ಮತ್ತು ಅವರು ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಆಲಿಸಿದರು. ಅವರಿಗೆ ಬಹಳ ವಿಭಿನ್ನವಾದ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯುತವಾದ ಅನುಭವವಾಯಿ–ತೆಂದು, ಸೆಷನ್ ಮುಗಿದ ನಂತರ ಅವರು ಹೇಳಿದರು.

–ಸ್ಮಿತ ಕಾನಡೆ, ಶಿಕ್ಷಕಿ,
ಎನ್.ಎಂ.ವಿ. ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಪುಣೆ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವವು ಸುಂದರವಾಗಿದ್ದು, ಪದಗಳಿಗೆ ಮೀರಿದ್ದಾಗಿತ್ತು. ನಾನು ಸಮಾಧಾನ ಮತ್ತು ಆನಂದವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ. ನನಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ಅದು ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಜಾದೂ ಮಾಡಲು ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ಈಗ ನಾನು ಇತರರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಅನುಭೂತಿ ಹೊಂದಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಇತರರನ್ನು ಮತ್ತು ಸ್ವತಃ ನನ್ನನ್ನು, ದೋಷಗಳ ಹೊರತಾಗಿಯೂ, ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಈ ಅನುಭವವನ್ನು ವಿವರಿಸಲಾಗದು. ಈ ಅನನ್ಯ ತಂತ್ರವನ್ನು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಲಭ್ಯವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಿರುವುದಕ್ಕೆ ನಿಮಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

–ಅರ್ಚನ ಕಣ್ಣನ್, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತವೆ. ಹೆಚ್ಚು ಶ್ರಮವಿಲ್ಲದೆ, ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಸೋಫಾದ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತುಕೊಂಡೇ, ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಏನಾದರೂ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂಬ ಉತ್ತಮ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಅವು ನನಗೆ ಕೊಡುತ್ತವೆ.

–ರವಿಚಂದ್ರನ್ ಎಂ, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್

ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕನಿಷ್ಠ ಪಕ್ಷ ಹತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳಾದರೂ ಯೋಚನೆಗಳಿಂದ ದೂರವಿರುತ್ತೇನೆಂದು ಸಂತೋಷವಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಹಾಗೂ ದೇಹಕ್ಕೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ.

–ಚಾರುಮತಿ ಆರ್, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುವ ಅನುಭವವು ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ನಾನು ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿದಾಗಲೆಲ್ಲ, ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಿದ್ದೆ ಬರುವ ಹಾಗೆಯೂ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುವಾಗ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಅಲೆದಾಡುವುದು ಕ್ರಮೇಣವಾಗಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಿದೆ.

–ವಿಜಯ ಶ್ರೀರಾಮ್, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್

ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಲು ಶುರು ಮಾಡಿದ ನಂತರ, ನನ್ನನ್ನು ಅದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ರಾತ್ರಿ ನಿಯತವಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಸೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವಾಗ ಕೂಡ ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

–ಸೌಂದರ್‌ರಾಜನ್, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್

ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುವಾಗ ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವವನ್ನು ನಾನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಆನಂದಿಸುತ್ತೇನೆ. ನನಗೆ ನೆನೆಪಿರು–ವಾಗಿನಿಂದಲೂ ನಾನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಅಂದಿನಿಂದಲೂ ನಾನು ಸಾಧಕಳಾಗಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಚಾನೆಲಿಂಗ್‌ಗೆ ಹೊಸಬಳಲ್ಲ ಆದರೆ ನಾನು ಬೆಳಕನ್ನು ಹಿಂದೆಂದೂ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿರಲಿಲ್ಲ. ನನಗೆ 'ಮೈತ್ರಿ'ಯನ್ನು ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುವ ಅಭ್ಯಾಸವಿದೆ, ಅಂದರೆ, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಒಳ್ಳೆಯ ಹಾರೈಕೆಗಳು, ಅನುಗ್ರಹಗಳು, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸೌಹಾರ್ದಗಳನ್ನು ನಾವು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಕಳುಹಿಸುತ್ತೇವೆ, ಅವುಗಳೆಲ್ಲಾ ಸೇರಿ ಒಂದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಶಕ್ತಿಶಾಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ. ವಿಶ್ವ ಚಾನೆಲ್ಸ್ ದಿನದಂದು ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ನಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕ್ಷಣವನ್ನು ಆನಂದಿಸಿದೆ. ಅಂದಿನಿಂದ, ನಾನು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಸೆಳೆದ ಸಂಗತಿಯೆಂದರೆ, ಇದು ನೇರವಾಗಿ ಬೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳಿಂದ ಬಂದಿದೆ ಎನ್ನುವುದು. ನನ್ನ ಅನುಭವವನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ನನಗೆ ಪದಗಳ ಕೊರತೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಅದು ಒಳಗೊಳ್ಳುವಿಕೆ (inclusiveness), ಶುಭ ಹಾರೈಕೆಗಳು ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನ ಸಮ್ಮಿಲನವಾಗಿದೆ. ಅದು ಅನಿಯಂತ್ರಿತವಾಗಿ, ಸರಾಗವಾಗಿ ಹರಿಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಸುಂದರವಾದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ನನಗೆ ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

–ಲಕ್ಷ್ಮಿ ವಿಶ್ವನಾಥ್, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್

ನಾನು ಪ್ರತಿ ದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ ನಾನು ಬೇರೆ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತೇನೆ. ವಾಪಸ್ಸು ಬಂದಾಗ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಎಲ್ಲಾ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ವಿಷಯಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈಗ ನನ್ನ ಮನೋಭಾವ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬದಲಾಗಿದೆ ಹಾಗೂ ಯಾವಾಗಲೂ ಬಹಳ ಸಂತೋಷವಾಗಿರುತ್ತೇನೆ.

–ಕರೀಮ್, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ಕನ್ನಡ ದ್ವೈಮಾಸಿಕ ಪತ್ರಿಕೆ, ಖಾಸಗಿ ಪ್ರಸಾರಕ್ಕಾಗಿ ಮಾತ್ರ. ಸಂಪಾದಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಮುದ್ರಕರು: ಶ್ರೀದೇವಿ (ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ) ಪರವಾಗಿ)
ಪ್ರಕಾಶನ ಸ್ಥಳ: ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರಸ್ತೆ), ಬೆಂಗಳೂರು-560077
ಮುದ್ರಣ ಸ್ಥಳ: ಲೋಟಸ್ ಪ್ರಿಂಟರ್ಸ್ ಪ್ರೈ. ಲಿ., ಫೋನ್: 23380167 / 23209909, ಇಮೇಲ್: lotus.creation777@gmail.com, ವೆಬ್‌ಸೈಟ್: www.lotusprinters.com
ಮಾಲೀಕರು: ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರಸ್ತೆ), ಬೆಂಗಳೂರು - 560077. ಸಂಪಾದಕರು: ಶ್ರೀದೇವಿ